

mebook.



# MEBOOK - FÅR INDIVIDEN ATT SKINA

Mebook är en molnbaserad digital tjänst som gör att du som konsult kan förlänga och förstärka din insats i en ledarutveckling. Det är ett digiloft stöd du kan använda för att följa upp, mäta och trigga.

Mebook tar en individ från löften till långsiktig effekt.

# VAD ÄR DIGILOGT?

Att arbeta digilogt handlar om att gå från snack till verkstad.  
Från konferensrum till vardag.

En digilog process handlar om att kombinera analoga upplevelser med digitala stöd, som skapar långsiktigt hållbar utveckling. I exempelvis ett ledarutvecklingsprogram kan Mebook driva processen mellan träffarna. Genom att skicka uppgifter, påminnelser och feedback digitalt ser du till att de förändringar som individen själv kommit fram till att de vill göra, faktiskt sker.



Analog träff, exempelvis i ett ledarutvecklingsprogram där alla individer skapar varsin handlingsplan

**Let's make a difference!**



Individerna jobbar vidare i Mebook, med stöd av till exempel uppföljningar och uppgifter



Du är med och stöttar och följer och coachar deras utveckling, digitalt genom Mebook



Både du och individen får ut maximal effekt av er insatta tid, och verklig förändring har skett



# MEBOOK GER VERKLIG EFFEKT

## MÄTBART

### Men hur? Jo, så här:

Genom att använda 360 special blir individens utveckling till någonting mätbart. Med 360 kan du öka utvecklingsmöjligheterna för en individ, med feedback från andra och självreflektion samlad på samma ställe.

## TRÄNING

Med Mebooks bibliotek av tjänster fortsätter individen tränas mot utveckling - i vardagen. Detta görs bland annat genom uppgifter och uppföljningar, som påminner och triggas.



## STÖD ÖVER TID

I och med att Mebook är digitalt blir det enkelt att fortsätta stötta individer i deras utveckling över lång tid. Du får i realtid se de förändringar som sker - eller inte sker - och kan ge direkt feedback på det.

# LÄRGRUPPER I MEBOOK



## DELA UPP LEDARGRUPPER

I Mebook kan du enkelt jobba med mindre lärgrupper, som kan följa och stötta varandras arbete i Mebook.

Lärgrupperna blir då automatiskt följare till varandra i Mebook, och får se och feedbacka varandras reflektioner om uppgifter och uppföljningar.



## PEER-TO-PEER

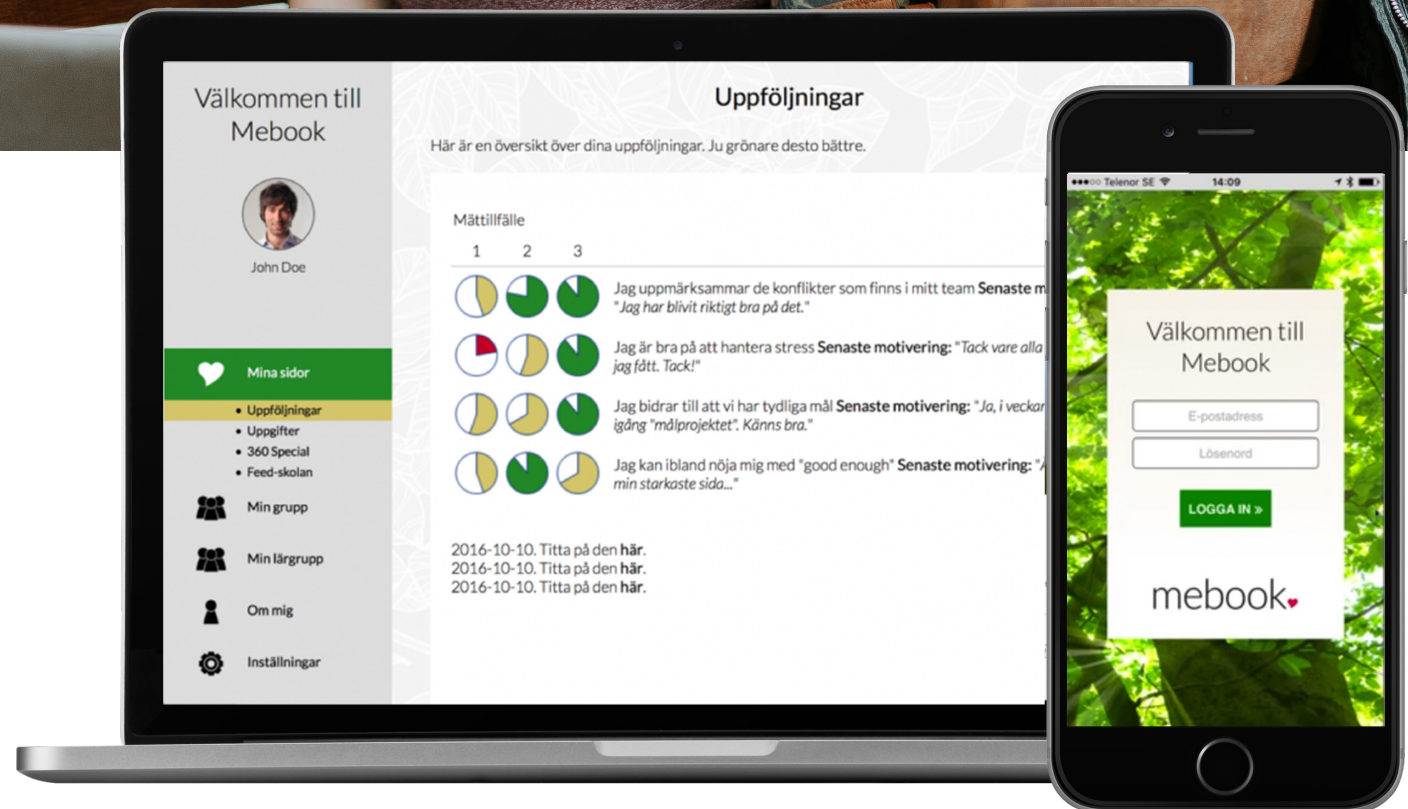
Genom att låta medlemmarna i en lärgrupp se och feedbacka varandras reflektioner om uppgifter och uppföljningar, stöttar Mebook peer-to-peer-stöd.

Individerna får då utveckla sina färdigheter i att ge och ta emot feedback, vilket de har nytta av även när de arbetar i sina arbetsteam.



# VILKA TJÄNSTER FINNS I MEBOOK?

Du skräddarsyr Mebook att passa varje individ perfekt, genom att välja vilka tjänster de ska använda.  
Här är några av de tjänster du har att välja mellan.





# 360 SPECIAL

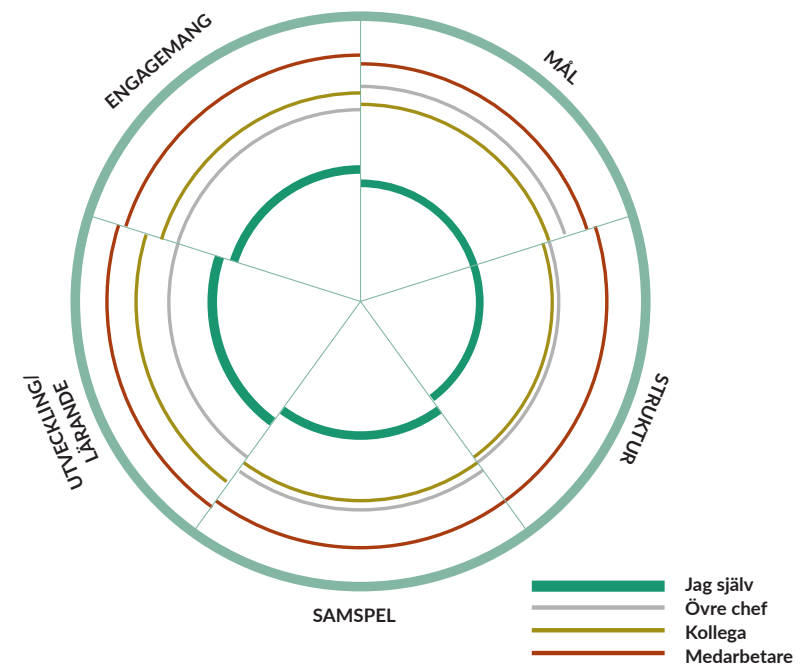
Ger en helhetssyn på utveckling.

360 Special gör det enkelt att skapa och skicka ut 360-kartläggningar för en individ. Resultaten samlas och redovisas snyggt och tydligt i Mebook och är ett sätt att öka utvecklingsmöjligheten för en individ. Detta görs genom att samla in både feedback och självreflektion kring olika områden.

360 Special ger dig en unik möjlighet att skapa egna 360-kartläggningar i Mebook, skräddarsydda att passa en viss organisation eller individ perfekt. Det finns även färdiga kartläggningar du kan använda. Du som konsult bestämmer om du ska välja respondenter för

kartläggningarna, eller om individen väljer och hanterar dessa själv.

Det allra främsta syftet med 360 special är att ge ett bra underlag och utgångspunkt för individutveckling. Den hjälper individer att på ett strukturerat sätt få en bild av hur deras omgivning uppfattar just dem just nu. Den säger ingenting om deras framtida potential, och den ger heller ingen bild av vem de är eller kommer att vara. Den ger endast en återkoppling av vad deras omgivning uppfattat att de gjort och hur de har agerat fram tills nu i olika relationer.





# UPPGIFTER

Uppgifter som stöttar individens utveckling.



## Storytelling - en uråldrig metod att skapa engagemang

Människors minne är väldigt intressant.

Ofta minns vi hur det var att lära sig cykla som barn, eller vad vi åt förra gången vi besökte en restaurang. Men vi minns sällan den senaste powerpointpresentationen vi såg, och definitivt inte den innan dess. Vi vet detta, men ändå fortsätter vi presentera på samma sätt, med samma designade bilder, och hoppas att våra medarbetare inte bara ska minnas, utan också agera i enlighet med budskapen.

Prova ett nytt sätt att presentera! Storytelling är precis som det låter - det handlar om att berätta något. Att förmedla ett budskap eller föra vidare kunskap genom berättande. Detta har gjorts i alla tider. Men vad är det som gör att storytelling fungerar? Svaret på den frågan är något så enkelt som våra känslor. Berättandet har en genuin kraft som väcker känslor, skapar engagemang och gemenskap.

### DIN UPPGIFT

Fundera över hur du kommunicerar viktiga budskap om framtiden (era mål), om vägval (era strategier) och om relationer (er kultur) i din organisation idag. Talar du bara till dina medarbetares logik, eller försöker du även påverka dem känslomässigt, vilket vi vet gör att människor minns bättre? Vad kan du förändra i din formulering för att dina budskap ska påverka människor att minnas dem bättre? Skulle du kunna använda storytelling i större utsträckning, när det verkligen gäller?

Uppgifterna i Mebook finns till för att ge kompetensökning, inspiration, träning och påminnelse, men också för att skapa öppenhet och fokus.

Det finns ett stort bibliotek av färdiga uppgifter i Mebook men det går också lätt att skapa nya skraddarsydda uppgifter. Dessa skickas automatiskt ut till individen som mail eller app-notifiering - en i veckan, varannan vecka, en gång i månaden - du ställer själv in intervallet.

I varje Uppgift kan individerna reflektera och kommentera. Det gör att uppgiften i sig själv både stöttar med sitt innehåll och i lärgrupper skapar de även en större öppenhet och förståelse kring hur andra i gruppen reflekterar.



# UPPFÖLJNINGAR

Uppföljningar som driver förändring.

Uppföljningar i Mebook ger dig möjligheten att löpande kunna följa upp hur individen lever upp till sina utlovade förändringar.

Du väljer ett intervall för hur ofta individen svarar på hur de upplever och lever upp till vad de lovat sig själv och andra. När de svarar får de även reflektera och ge en motivering till varför de svarat som de gjort. Veckan efter får de en sammanställning, som visar för dem hur det

går. Sammanställningen visas pedagogiskt i form av "prinsesstårter", som är antingen röda, gula eller gröna och som har olika stora bitar tagna från dem, beroende på hur det går för dem.

Du och individen får en tydlig överblick av vilka förändringar som fungerar, i vilka frågor det kan behövas extra stöd och viktigast av allt: att det är individen själv som ansvarar för sina förändringar.

Uppföljningarna skräddarsyr du att passa varje individ utefter de överenskommelser om beteendeförändringar de kommit fram till att de vill göra. Det går även att byta frågorna när som, för att spegla var individen befinner sig just nu.

Notis/mail skickas automatiskt ut till individen med en länk när det är dags att utföra uppföljningen.

## Demo Mebook Grupp

Här är en översikt över dina uppföljningar. Ju grönnare desto bättre.

Måttillfälle  
1 2



Jag avslutar alla möten med att inbjuda till en feedback-runda  
**Senaste motivering:** "Nu har jag letat upp och lärt mig fler varianter av Feedbackövningar så nu gör vi det lite mer... Men jag behöver bli tryggare med detta."



Jag stannar upp och reflekterar minst två gånger i veckan  
**Senaste motivering:** "Jag tycker att jag är bättre på det nu. Har bestämt mig för att promenera hem och då får jag några minuter att reflektera. Jag tycker att jag blir lite smartare och lugnare av det."



Jag arbetar aktivt med att förtydliga målen för min grupp  
**Senaste motivering:** "Hittar inte rätt och tappar lite lust..."



Jag engagerar mig i gemensamma aktiviteter som vi har på jobbet  
**Senaste motivering:** "Samma som innan- hinner inte med allt."

2019-03-21. Titta på den här.  
2019-03-21. Titta på den här.





# EN SMYGTITT

Det finns några andra tjänster i Mebook också,  
här är en smygtitt på två av dem.

## FEEDSKOLAN

Feedskolan är en specialare i Mebook,  
som innehåller 15 individuella uppdrag,  
kopplade till Feedback, Feed Forward och  
Feed Now.

Alla uppgifter i Feedskolan är individuella,  
och syftar till att öka "feedkulturen" hos  
individen.

## FRAMDRIFT

På statistiksidan hittar du en  
sammanställning av alla individers  
Uppföljningar. Du kan därför lätt  
se hur utvecklingen ser ut och  
följa framdriften i de målbilderna  
individerna har satt upp.





# HUR FÅR JAG MEBOOK?

## CERTIFIERING

För att få tillgång till Mebook behöver du gå på en dags certifiering. Antingen så kommer du på en av våra öppna certifieringar, eller så kommer vi till er organisation och håller en internt. I certifieringen ingår ett eget Mebook per organisation.

## Och vad kostar det då?

### Öppen certifiering

(inkl. Ett Mebook per organisation)

14 000 SEK/pers

### Intern certifiering

(på plats, minst 3 administratörer)

8 000 SEK/pers  
+ omkostnader



# VAD KOSTAR DET ATT ANVÄNDA?



## EN ANVÄNDARE I TAGET

Vårt rörliga pris, där ni bara betalar för exakt så många användare ni har igång varje månad.

350 SEK/användare och månad

## PRENUMERERA

Om ni prenumererar kan ni använda Mebook så mycket ni vill, till ett fast tid. Prenumerationen har en avtalstid om 1 år.

### Årsavgift för Mebook

**3 000 SEK**

### TILLVAL:

Ett extra Mebook,  
exempelvis för bara en kund

5 000 SEK

|                                    |                |
|------------------------------------|----------------|
| Upp till 20 användare (250 SEK)*   | 5 000 SEK/mån  |
| Upp till 40 användare (200 SEK)*   | 8 000 SEK/mån  |
| Upp till 100 användare (150 SEK)*  | 15 000 SEK/mån |
| Upp till 250 användare (100 SEK)*  | 25 000 SEK/mån |
| Upp till 1 000 användare (50 SEK)* | 50 000 SEK/mån |

\* Pris/användare vid max nyttjande

Därutöver

Offert